

Link do produktu: <https://www.fraida.pl/jak-schudnac-25-kg-lekko-latwo-i-przyjemnie-p-3952.html>

Jak schudnąć 25 kg lekko, łatwo i przyjemnie

Cena	29.20 zł
Dostępność	niedostępny online - sprawdź w sklepie stacjonarnym
Numer katalogowy	9788373776609
Kod EAN	9788373776609
Producent	Vital
Autor	Aneta Śladowska

Opis produktu

W dzisiejszych czasach ideałem piękna stały się jędrne pośladki i smukła sylwetka. Marzeniem chyba każdej kobiety jest szczupłe, gładkie nietknięte cellulitem ciało. Jak to osiągnąć kiedy kolejna dieta i ćwiczenia nie przynoszą oczekiwanego rezultatu? Dlaczego innym się to udaje, a Tobie znowu nie? W czym tkwi problem?

Według Autorki, która lekko, łatwo i przyjemnie zrzuciła 25 kg, szczęście w dążeniu do celu sprzyja ludziom pogodnym. To dzięki pozytywnemu myśleniu osiągnęła to, czego naprawdę chciała. Wszelkie negatywne myśli nie tylko psują nastrój, ale przeszkadzają w realizacji pragnień. Wiadomo nie od dziś, że optymistyczne nastawienie do otaczającego świata potrafi czynić cuda z naszym życiem, a także wyglądem i ciałem.

Książka opisuje doświadczenia Autorki i jej metody dotyczące utraty wagi. Ukazuje nieskuteczność diet i wysiłku fizycznego jeśli w środku osoby cały czas siedzi "grubas". Strategia polega na tym, żeby najpierw się go pozbyć, a kiedy ON zniknie - samoistnie zniknie nadwaga.

Poradnik uświadamia co w odchudzaniu jest naprawdę istotne. Ukazuje prawdziwe źródło nadwagi i pokazuje jak leczyć jej przyczyny, a nie same objawy. Jest skarbnicą informacji na temat sposobów uzdrowienia ciała i duszy. Dowiesz się z niej także o sposobach radzenia sobie z blokadami dzięki czemu staniesz się pełnym radości, wdzięku, miłości człowiekiem, a przy okazji odzyskasz szczupłą sylwetkę. Zobaczysz wówczas jak krok po kroku w miarę wzrostu świadomości i akceptacji siebie następuje spadek Twojej wagi. Chudnij z przyjemnością i ciesz się życiem.

liczba stron: **232**
format: **14.5x20.5cm**
oprawa: **miękka**